

# Cómo organizar tus cosas

## Objetivo

Identificar herramientas para organizar las cosas de tu vida que se siguen extraviando o perdiendo.

## Lo que debes saber

¿Se le pierden las cosas con frecuencia? Mucha gente lo hace. Pero como sabes, esto puede ser un verdadero problema y una causa de estrés innecesario. Ser desorganizado puede afectar tus calificaciones y ser una molestia para los que te rodean.

¿Puedes pensar en algunas formas en las que los problemas de organización han afectado a tu vida?

---

---

---

## Qué hacer

Si tienes dificultades para gestionar el papeleo y las tareas escolares, puedes crear un sistema de archivo para guardar los papeles y documentos importantes. Esto también te ayudará a identificar las cosas que han quedado obsoletas o que ya no son necesarias, y que pueden ser desechadas. El sistema puede consistir en muebles como un archivador, una estantería o una librería. Etiquetar carpetas para cada tipo de papeleo y guardar los papeles en estas carpetas te evitará tener que buscar cosas.

1. Comienza por revisar los lugares donde has colocado los documentos en el pasado y piensa en lo fácil o difícil que ha sido encontrarlos.
2. Identifica un único lugar donde puedas guardar cada tipo de papel para encontrarlo rápida y fácilmente.
3. Piensa en el sistema que más te conviene para gestionar y revisar el papeleo: una estantería, un archivador, un organizador de escritorio, etc.
4. Identifica qué documentos y papeles ya no necesitas, y recíclalos o deséchalos.

No dudes en pedir ayuda si necesitas organizar tus papeles. A algunas personas se les da mejor que a otras.

¿A quién conoces que pueda ayudarte con este tipo de organización?

---

Si pierdes con frecuencia objetos como las llaves, los cuadernos o los libros de texto, puedes crear un sistema para guardar cosas similares en un lugar específico. Por ejemplo, puedes utilizar un recipiente o caja designada para guardar las llaves o la cartera cuando llegues a casa.

Una vez más, es posible que quieras hablar con alguno de tus padres sobre las mejores formas de mantener tus "cosas" organizadas.

Cada persona tiene sus propias herramientas para organizarse. Aquí hay algunas herramientas favoritas que los adolescentes han dicho que realmente les ayudan:

- Una pizarra para escribir y borrar
- Notas adhesivas
- Un "rastreador de llaves" con bluetooth que funciona con un teléfono móvil
- Cajas de plástico transparentes
- Un organizador de cajones
- Un organizador de escritorio (que contenga lápices, cinta adhesiva, etc.)

Pregunta a algunas personas de tu entorno cómo mantienen sus cosas organizadas. Escribe a continuación las herramientas que utilizan o las ideas que tienen.

---

---

---

---

---

---

---

---

Ahora pon a prueba algunas de estas ideas. Enumera las herramientas o ideas que te ayudan a ser más organizado y anota cómo te han ayudado.

Herramienta/idea de organización	¿Cómo te ha ayudado?

### Reflexiones sobre este ejercicio

¿Cuáles consideras que son los mayores obstáculos para organizarte?

---

---

---

¿De qué manera sería diferente tu vida si fueras más organizado?

---

---

---

¿Qué tan útil fue este ejercicio? \_\_\_\_\_

(1 = poco útil, 5= medianamente útil, 10 = extremadamente útil)

¿Hay algo en particular que hayas aprendido de este ejercicio?

---

---

---